Список використаної літератури:

1. Макаренко М.В. Основи професійного відбору військових спеціалістів та методики вивчення індивідуальних психофізіологічних відмінностей між людьми / М.В. Макаренко. Інститут фізіології ім. О.О. Богомольця НАН України, Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних сил України. – Київ, 2007. – 395 с.
2. Максименко И. Г. Соревновательная и тренировочная деятельность футболистов / И. Г. Максименко. – Луганск: Знание, 2009. – 258.
3. Лизогуб В.С. Сучасні підходи до реалізації відбору футболістів високої кваліфікації за показниками нейродинамічних властивостей вищих відділів центральної нервової системи / В.С. Лизогуб, В.О. Пустовалов, В.О. Супрунович, С.В. Гречуха // Слобожанський науково-спортивний вісник, Харків, ХДАФК. – 2017. – № 2. С 81-85.
4. Селуянов В.Н. Футбол: проблемы физической и технической подготовки / В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, В.А. Заворова. – М.: „Интеллект", 2012. – 157 с.
5. Соломонко В.В. Футбол. / В.В. Соломонко, Г.А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – Київ: Олімпійська література. – 2013. – 287 с.
6. Сучилин А.А. Система подготовки футбольного резерва / А.А. Сучилин. – Волгоград: Смена, 2011. – 164 с.

Науковий керівник: викладач Халявка Р. М.

Д. А. Євець
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

ЕФЕКТИВНІСТЬ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ У ЗАХИСТІ НА ПРИКЛАДІ ВИСТУПІВ ЖІНОЧОЇ ЗБІРНОЇ КОМАНДИ ЧНУ У ЗМАГАННЯХ З ВОЛЕЙБОЛУ

Анотація. У статті представлено дані стосовно ефективності техніко-тактичних дій у захисті гравців жіночої збірної команди ЧНУ з волейболу під час виступів у змаганнях.

Ключові слова: техніко-тактична підготовка, ефективність дій гравців у захисті.

Вступ. Вирішення завдань з технічної і тактичної підготовок досягаються шляхом вдосконалення в техніці виконання ігрових прийомів в межах тактичних дій з багаторазовим виконанням тактичних дій з підвищеною інтенсивністю, що сприяє вдосконаленню техніки виконання різних ігрових прийомів в різних тактичних взаємодіях [1, 4, 6].

Ефективність інтеграції технічної і тактичної підготовок досягається під впливом виконання трьох типів вправ: перший – виконання прийомів гри в межах тактичних дій (індивідуальних, групових, командних – в нападі, захисті); другий – послідовне виконання різних тактичних дій, увага звертається на правильне виконання технічних прийомів гри; третій – зміни, переключення в тактичних діях різного характеру, що відбуваються за рахунок, високого рівня технічної майстерності гравців, на міцній „технічній" основі. Для всіх вказаних типів реалізації техніко-тактичних дій у волейболі є характерним тривале їх виконання і удосконалення [2, 3, 5].

Мета роботи − зробити аналіз техніко-тактичних дій в захисті гравців жіночої збірної команди ЧНУ під час виступів у змаганнях з волейболу.

Методи і організація досліджень. Дослідження проводилися протягом 2017 – 2018 років під час проведення обласної сапартакіади ВНЗ Черкаської області з волейболу серед жіночих команд. Всього у змаганнях брали участь п'ять команд вищих навчальних закладів Черкащини. Упродовж всіх матчів нами реєструвалися показники техніко-тактичної дій в захисті гравців збірної команди ЧНУ ім. Б. Хмельницького. Так, зокрема фіксувалися, кількість вдалих і невдало виконаних спроб прийому м'яча з подач, нападаючих ударів, блокувань і кількість підстраховок. Після проведеного збору матеріалів, нами були проведені математичні обрахунки та аналіз результатів досліджень.

Результати дослідження. В таблиці 1 представлені результати показники техніко-тактичних дій в захисті гравців збірної жіночої команди ЧНУ з волейболу під час ігор обласної сапартакіади серед команд ВНЗ сезону 2017 – 2018 років.

Як видно з результатів представлених в таблиці, найбільше з усіх наявних технічних прийомів гри в захисті гравці команди ЧНУ здійснювали прийоми м'яча після нападаючих ударів – 413 разів, з них було виконано вдало – 302 спроби, а кількість невдалих спроб прийому становила – 98. Загальна кількість прийомів м'яча після подач здійснюваних суперником становила – 264 спроби, з них – 178 спроб прийому були вдалими, а – 72 рази з втратами м'яча. Протягом змагань гравці збірної жіночої команди ЧНУ з волейболу здійснювали страхування партнерів по команді – 88 разів, з них – 54 спроби були вдалими, а – 34 спроби з помилками. Кількість виконаних спроб блокувань волейболістками нашої команди становила – 61 спробу, з них результативними були – 37, а з помилками – 24 рази.

Таблиця 1

Показники техніко-тактичних дій у захисті гравців збірної жіночої команди ЧНУ з волейболу під час ігор обласної спартакіади серед команд ВНЗ 2017 – 2018 років

	Техніко-тактичні дії в захисті	Показники		
		Всього	Вдало виконаних	Помилки
Технічні дії	Прийом м'яча, з доводкою після подач	264	178	86
	Прийом м'яча, з доводкою після нападаючих ударів	413	302	98
	Страхування	88	54	34
	Блокування	61	37	24
Тактичні дії	Кутом вперед	149	86	53
	Кутом назад	57	30	27

Стосовно тактичних дій в захисті волейболісток збірної команди ЧНУ бачимо, що в основному під час ігор ними використовувалася система захисту „кутом вперед". За даною системою дівчата діяли – 149 разів, з них вдало здійснювали прийом м'яча – 86 спроб, а у – 53 випадках були зафіксовані помилки. Система захисту „кутом назад" використовувалася гравцями даної команди – 57 разів, при цьому кількість вдало виконаних прийомів становила – 30, а з помилками – 27 спроб.

Аналізуючи результати техніко-тактичних дій в захисті гравців збірної жіночої команди Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького під час проведення обласної спартакіади серед команд ВНЗ 2017-2018 років з'ясували, що найбільшу кількість помилок було зафіксовано під час виконання таких технічних прийомів, як прийомів м'яча після нападаючих ударів і блокування. Так, під час приймів м'яча після нападаючих ударів кількість помилок становила – 39,6 %, під час блокування гравці помилялися – 38,2 %. Дещо краще гравці команди ЧНУ виконували прийом м'яча після подачі і страхування блокуючих гравців, кількість помилок становила відповідно – 26,8 і 24,7 %. Стосовно організації тактичних дій в захисті, частіше волейболістки збірної команди ЧНУ вдавалися до застосування системи захисту „кутом вперед", показник вдалих дій із застосуванням даної системи становив – 59,0 %, а під час застосування системи захисту „кутом назад" результативність дій в захисті була дещо нижча і становила – 52,4%. На нашу думку, такий характер результативності гри в захисті пояснюється тим, що в процесі тренувальних занять гравці команди ЧНУ частіше відпрацьовували дії з використанням системи захисту «кутом вперед».

Висновки

1.За результатами виступів жіночої збірної команди Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького з волейболу серед команд ВНЗ Черкаської області 2017-2018 років встановили, що найбільшу кількість помилок було зафіксовано під час виконання таких технічних прийомів, як прийомів м'яча після нападаючих ударів (39,6%) і блокування (38,2%), дещо краще волейболістки здійснювали прийом м'яча після подач і страхування, кількість помилок становила відповідно – 26,8 і 24,7 %.

2.Протягом змагань волейболістки команди ЧНУ під час організації захисних дій частіше вдавалися до застосування системи захисту „кутом вперед”, показник вдалих дій із застосуванням даної системи становив – 59,0 %. Під час застосування системи захисту „кутом назад” результативність дій в захисті була дещо гірша і становила – 52,4%.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи подальших досліджень полягають у вивчені показників ефективності техніко-тактичних дій у захисті волейболістів студентських команд ЧНУ у залежності від ігрових модельних характеристик команд суперників.

Список використаної літератури:

1. Бриль М.С. Волейбол / М.С. Бриль. – М.: ФиС, 2015. – 136 с.
2. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2016. – 242 с.
3. Волейбол: Энциклопедия / Сост. В. Л. Свиридов, О.С. Чехов. – К., 2013. – 346 с.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе / Ю.Д. Железняк. – М : ФиС, 2014. – 224 с.
5. Клещев Ю.Н. Волейбол / Ю.Н. Клещев. – М.: ФиС, 2013. – 122 с.
6. Страж В.А. Волейбол / В.А. Страж. – М.: ФиС, 2014. – 238 с.

Науковий керівник: викладач Король Т. А.

К. С. Іляшенко

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВПЛИВУ СПОРТИВНИХ БАЛЬНИХ ТАНЦІВ НА ЗАГАЛЬНУ ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДІВЧАТ ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Спортивні танці - це ациклічний, складно-координаційний вид спорту, пов'язаний з мистецтвом виразного руху. Після того, як вони були визнані видом спорту і отримали приставку спортивні, питання фізичної підготовки танцюристів, як одного з компонентів загальної системи підготовки, активно обговорюється серед теоретиків і практиків.

Динаміка розвитку спортивних бальних танців в останні роки висуває низку нових вимог, пов’язаних із аналізом сучасної системи підготовки спортсменів-танцюристів та її оперативною корекцією на усіх етапах багаторічної підготовки, та зумовлює проведення досліджень, що повинні дати відповіді на актуальні питання теорії, методики та практики танцювального спорту [2,3].

В навчальному посібнику «Теорія і методики спортивного тренування» група науковців В. Н. Платонов, Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов наголошують на особливому значенні фізичної підготовки на початковому етапі багаторічної спортивної підготовки, саме тоді, коли закладається основа для розвитку всіх компонентів спортивної майстерності, і вирішуються такі завдання фізичного виховання, як зміцнення здоров'я, всебічний фізичний розвиток і навчання техніці рухів [6].

Мета дослідження: визначити підвищення ефективності впливу спортивно бальних танців на загальну фізичну підготовленість дівчат шкільного віку.

Середній шкільний вік (11-14 років) співпадає з періодом завершення біологічного дозрівання організму. У цей час остаточно формується моторна активність підлітка, притаманна дорослій людині. Для підлітків характерно погіршення рухової координації при інтенсивному розвитку швидкісних і швидкісно-силових якостей. У сфері психіки йде складний процес становлення характеру, формування інтересів, схильностей та вподобань. Слід враховувати, що нерівномірність темпів розвитку різних структур і функцій організму, особливо виразна в цей період, призводить до виникнення ряду фізіологічних порушень (гіпертонії, систолічних шумів, порушень провідності серця та ін.). Ці явища не є протипоказаннями для занять спортом тому, що з віком у більшості дітей проходять. Проте вони вимагають особливої уваги з боку батьків, педагогів, тренерів[2,2].